Páskablað Hjálparstarfs kirkjunnar 2015

Margt smátt ...

Börn í Sómalífylki í Eþíópíu svala þorsta sínum með vatni úr brunni sem byggður var með fjárstuðningi frá Íslandi.

Tíðir þurrkar valda matarskorti og vannæringu

Eþíópía er næstfjölmennasta ríki Afríku með um 90 milljónir íbúa. Þrátt fyrir hagvöxt undanfarinna ára og að landið sé ríkt af náttúruauðlindum er það eitt af fátækustu ríkjum heims, með 350 Bandaríkjadali í þjóðartekjur á mann árið 2012. Árið 2013 var Eþíópía númer 173 í röðinni af 187 ríkjum á lífskjaralista Sameinuðu þjóðanna en Ísland númer 13.

Tæp 85% þjóðarinnar búa í dreifbýli og 80% hafa lifibrauð af jarð- og búfjárrækt. Landbúnaðurinn er háður úrkomu sem er af skornum skammti. Tíðir þurrkar og árangurslitlar aðferðir í landbúnaði valda matarskorti en að staðaldri búa 8,3 milljónir íbúanna við ótryggt fæðuframboð og aðrar 6,7 milljónir líða skort yfir þurrkatímann. Á síðasta áratug hafa yfir 5 milljónir íbúa þurft á mataraðstoð að halda ár hvert.

Í afskekktu og harðbýlu Sómalífylki eru um 4 milljónir íbúa. Vegna loftslagsbreytinga verða þurrkar sífellt tíðari í fylkinu og fjórðungur íbúanna, 1 milljón manns, er háður mataraðstoð að staðaldri. Búfjárrækt er undirstöðuatvinnugrein í fylkinu en þar sem aðstæður eru bestar er gras-, grænfóður- og kornrækt einnig stunduð. Vatnsskortur í fylkinu hefur meðal annars leitt til lélegs ástands bústofnsins en dýralæknaþjónusta er af skornum skammti. Skortur er á tækjum og tólum og því eru ræktunaraðferðir í jarðrækt takmarkaðar. Allt leiðir þetta til lítillar framleiðni og lítil sem engin umframframleiðsla verður til að selja á markaði.

Árangur næst með hjálp til sjálfshjálpar

Í Jijigahéraði í Sómalífylki styður Hjálparstarf kirkjunnar 34.710 íbúa til sjálfshjálpar. Fá önnur samtök eða aðilar eru að störfum á svæðinu og íbúarnir sem eru hálfhirðingjar segja að þeir hafi upplifað sig sem gleymda og afskipta þar til verkefni Hjálparstarfsins hófst árið 2007. Markmiðið með starfinu er að auka fæðuöryggi og bæta lífskjör íbúanna sem búa við sára fátækt. Það gerum við fyrst og fremst með því að bæta aðgengi að drykkjarhæfu vatni. Með auknu aðgengi að hreinu vatni og umhverfisvernd eykst framleiðslan og heilsufar batnar. En verkefnið okkar er heildrænt og samþætt og í því er lögð áhersla á valdeflingu kvenna, sjálfbæra þróun verkefnisins og uppbyggingu þekkingar í samfélaginu.

Í þessu fréttablaði fjöllum við meðal annars um verkefnið okkar í Eþíópíu en við erum nú að safna fé til þess að halda því áfram. Margt hefur þegar áunnist en mörgu er enn ólokið. Þú, lesandi góður, getur hjálpað með því að greiða valgreiðslu Hjálparstarfsins í heimabankanum, með því að hringja í síma 907 2003 (2.500 krónur), leggja inn á söfnunarreikning númer 0334-26-50886, kt. 450670-0499 eða með framlagi á www.framlag.is. Margt smátt gerir eitt stórt!

HREINT VATN BREYTIR ÖLLU

Þinn stuðningur gerir kraftaverk

actalliance

Hjálparstarf kirkjunnar

„Sérðu mig?"

Fyrir mörgum árum þegar ég átti „bara" þrjú börn og var að taka myndband af þeim að leik, sagði dóttir mín sem var 7 ára: „pabbi, sérðu mig?" Hún vildi vera alveg örugg á því að hún væri í mynd. Þorpsleiðtogi í Jijigahéraði í Eþíópíu sagði við mig þegar við vorum í eftirlitsferð fyrir nokkrum árum vegna vatnsverkefnis okkar: „Þið eruð nánast þeir einu sem eru með verkefni hér á okkar svæði, við erum alltaf að reyna að láta vita af okkur en fáir hlusta." Ef þorpsleiðtoginn hefði notað sama orðalag og dóttir mín hefði hann sagt: „Við erum alltaf að kalla, sjáið okkur, en fáir bregðast við." Sama á við um fólk á öðrum svæðum heims þar sem eru erfiðar aðstæður, ófriður og neyð, t.d. í Sýrlandi og Súdan og nálægum löndum. Við erum hætt að sjá þau þrátt fyrir að neyðin sé yfirþyrmandi.

Spurningin „sérðu mig?" er í þessu samhengi mjög áleitin. Ef ég sé þig og staðfesti það við þig hefur það áhrif á okkur bæði. Staðfestingin er stórt skref í því að við getum talað saman, gert okkur grein fyrir aðstæðum og breytt þeim til hins betra. Er það kannski þess vegna sem við veljum stundum að sjá ekki, vegna þess að þá þurfum við ekki að gera neitt? Hleypum ekki öðrum að okkur.

Já, ég sé þig

Með vatnsverkefni Hjálparstarfsins viljum við svara þorpsleiðtoganum í Jijiga: „Já, við sjáum þig og hlustum og bregðumst við." Við viljum líka að þú lesandi góður sjáir og hlustir og bregðist við með okkur. Við viljum ekki bara sjá erfiðar aðstæður fólks, vatnsskort, heilsuleysi og kynjamisrétti, heldur horfa til þess sem við getum gert saman til að bæta lífsafkomu og heilsu og auka jafnrétti.

Í þessu blaði eru m.a. upplýsingar um verkefni okkar í Jijiga í Eþíópíu sem hjálpa þér að sjá fólkið sem þar býr. Vertu með okkur í að staðfesta að þú sjáir og viljir bregðast við. Það getur þú gert með því að taka þátt í páskasöfnun okkar. Valgreiðslur (2.400 kr.) hafa verið sendar í heimabanka, hægt er að leggja inn á söfnunarreikning 0334-26-50886, kt. 450670-0499, hringja í söfnunarsíma 907 2003 (2.500 kr.) og gefa á www.framlag.is.

Þá getum við öll svarað: „Já, ég sé þig."
Takk fyrir stuðninginn.

Bjarni Gíslason, framkvæmdastjóri Hjálparstarfs kirkjunnar

Hjálparstarf kirkjunnar

Framkvæmdastjóri: Bjarni Gíslason
Margt smátt, 1. tbl. 27. árg. 2015
Ábyrgðarmaður: Kristín Ólafsdóttir

Umbrot: PIPAR\TBWA
Prentun: Ísafoldarprentsmiðja

HREINT VATN BREYTIR ÖLLU

Ljósmynd: actalliance/Paul Jeffrey

Þinn stuðningur gerir kraftaverk

Skortur á drykkjarhæfu vatni og hreinlætisaðstöðu veldur banvænum sjúkdómum en með aðgangi að hreinu vatni hefur allt líf möguleika á að vaxa og dafna. Hjálparstarf kirkjunnar tryggir fólki aðgang að hreinu vatni í Eþíópíu

Þú getur hjálpað núna með því að:

- Greiða valgreiðslu í heimabanka
- Frjálsu framlagi á framlag.is
- Gjafabréfi á gjofsemgefur.is
- Styrktarsíma: 907 2003 (2.500 kr.)
- Söfnunarreikning: 0334-26-50886, kt. 450670-0499

actalliance
Hjálparstarf kirkjunnar

TAKK FYRIR STUÐNINGINN

Dagurinn er bara allur annar

Ota haframjölið er framleitt úr 100% sérvöldum höfrum sem eru flokkaðir, valsaðir og síðan ristaðir til að auka enn á bragðgæðin. Hafragrautur úr Ota

Solgryn er einfaldur og hollur morgunverður með háu hlutfalli af fjölsykrum, trefjaríkur og mettandi og dugar þér langt inn í daginn.

OTA SOLGRYN

ENNEMM / SÍA / NM58258

Valdefling og hjálp til sjálfshjálpar lykillinn að árangri

Sómalífylki í Austur-Eþíópíu er eitt af fjórum fátækustu fylkjum í landinu. Það þekur 144 ferkílómetra og þar búa um 4 milljónir sjálfsþurftarbænda og hálfhirðingja. Grunnstoðir samfélagsins eru veikar og fjarskipti og samgönguleiðir af skornum skammti. Tíðir þurrkar valda viðvarandi matarskorti og vannæringu í fylkinu. Fjórðungur íbúanna, 1 milljón manns, er háður mataraðstoð að staðaldri.

Búfjárrækt með kameldýr, kindur, geitur og nautgripi er undirstöðuatvinnugrein í fylkinu en þar sem skilyrði eru til er einnig ræktað maís, hirsi, hveiti, bygg og khat. Vatnsskortur í fylkinu hefur leitt til lélegs ástands bústofnsins en dýralæknaþjónusta er af skornum skammti. Skortur er á tækjum og tólum og því eru ræktunaraðferðir í jarðrækt takmarkaðar. Allt leiðir þetta til þess að fæðuöryggi er mjög takmarkað og lífskilyrði slæm.

Í Jijigahéraði í Sómalífylki vinnur Hjálparstarfið á 8 svæðum með 34.710 sjálfsþurftarbændum og hálfhirðingjum í samstarfi við Lúterska heimssambandið og þróunarsvið lútersku kirkjunnar í Eþíópíu, Mekane Jesus. Markmið númer eitt er að bæta lífskjör þeirra sem búa við sára fátækt með því að bæta aðgang að hreinu vatni og auka fæðuval fólksins.

Konur í Jijiga hafa takmarkað vald yfir landi, búfénaði og peningum og hafa því fá tækifæri til að taka ákvarðanir sem varða líf þeirra. Kynjamisréttið hefur neikvæð áhrif á heilsufar og lífsafkomu í héraðinu og því er það markmið númer tvö að efla völd og auka ákvarðanatökurétt kvenna yfir efnahagslegu öryggi sínu. Verkefnið hefur verið í gangi frá árinu 2007 og því lýkur árið 2017.

UM 42 MILLJÓNIR EÞÍÓPÍUBÚA HAFA EKKI AÐGANG AÐ NEYSLUHÆFU VATNI

- Eþíópía er næstfjölmennasta ríki Afríku með um 90 milljónir íbúa.
- Þrátt fyrir hagvöxt undanfarinna ára og að landið sé ríkt af náttúruauðlindum er það eitt af fátækustu ríkjum heims.
- Tíðir þurrkar og árangurslitlar aðferðir í landbúnaði valda matarskorti en að staðaldri búa 8,3 milljónir landsmanna við ótryggt fæðuframboð og aðrar 6,7 milljónir líða skort yfir þurrkatímann. Á síðasta áratug hafa yfir 5 milljónir íbúa þurft á mataraðstoð að halda ár hvert.
- Tæp 85% þjóðarinnar búa í dreifbýli og 80% hafa lifibrauð af jarð- og búfjárrækt. Landbúnaðurinn er háður úrkomu sem er af skornum skammti.
- Þrátt fyrir að stjórnvöld í Eþíópíu og hjálparsamtök hafi náð þúsaldarmarkmiði Sameinuðu þjóðanna og lækkað um helming hlutfall þeirra sem ekki hafa aðgang að öruggu neysluvatni á tímabilinu 1990–2015 hafa 42 milljónir Eþíópubúa nú ekki nægan aðgang að hreinu vatni.
- Eþíópía er stærsta móttökuríki í Afríku með yfir 660.000 flóttamenn, þar af 195.500 frá Suður-Súdan.

KFC
KOLA PORTIÐ
KSÍ
KÚKÚ CAMPERS
Landsvirkjun
LAXÁ FISKAFÓÐUR
Lýsing
mentis cura
MJÓLKA
NÓI SÍRÍUS
pwc
SALTKAUP EHF
SAMHENTIR UMBÚÐALAUSNIR
SMITH & NORLAND
Nóatúni 4 • Sími 520 3000
www.sminor.is
SORPA
ÁRANGUR Í UMHVERFISMÁLUM
STEYPUSTÖÐIN
Sterkari lausnir
TOYOTA AKUREYRI
ÚRVAL ÚTSÝN
VÉLVÍK
www.velvik.is
VÍNBÚÐIN
VM
Félag vélstjóra og málmtæknimanna
ÖGURVÍK

Hvað er gert í Jijiga?

Vegna stuðnings Íslendinga við verkefni Hjálparstarfsins í Eþíópíu þurfa konur og börn á verkefnasvæðum okkar nú aðeins að ganga í 15–20 mínútur eftir vatni. Áður þurftu þau að ganga í 3 klukkustundir eftir því.

Hjálparstarf kirkjunnar hjálpar fólki í hinu harðbýla Sómalífylki við að treysta fæðuöryggi sitt með korn- og búfjárrækt. Markhópurinn er fjölmennari en Kópavogsbúar samanlagt eða 34.710 íbúar.

Konur í Jijiga hafa takmarkað vald yfir landi, búfénaði og peningum og hafa því fá tækifæri til að taka ákvarðanir sem varða líf þeirra. Stór þáttur í verkefni Hjálparstarfsins er að efla völd og áhrif kvenna, samfélaginu öllu til farsældar.

VATN

Að bæta heilsufar með aðgengi að drykkjarhæfu vatni og auknu hreinlæti.

- Grafa vatnsþrær og brunna, reisa kamra og búa til áveituskurði.
- Fræða um mikilvægi hreinlætis.
- Þjálfa í stjórnun vatnsbóla.

Gert 2014:

4 vatnsþrær (birkur) grafnar en úr þeim fá um 6000 manns og 7500 skepnur vatn.

3 brunnar byggðir sem þýðir drykkjarvatn fyrir um 3000 manns og 5000 skepnur.

8 kamrar voru reistir sem 280 manns nota nú.

Fræðslustarf um mikilvægi hreinlætis og góða stjórnun vatnsbóla.

Matur

Að tryggja aðgengi að fæðu – 2000 kkal á mann.

- Auka framleiðslu og framleiðni í búfjárrækt og jarðyrkju.
- Efla vatns- og jarðvernd.
- Þjálfa í vinnuaðferðum.

Gert 2014:

428 karlar og konur fengu þjálfun í vinnuaðferðum í landbúnaði.

Fræjum til ræktunar var dreift til 929 bænda.

450 bændur fengu annað hvort plóga eða skóflur til landbúnaðarstarfa.

378 fengu þjálfun í moltugerð.

48 fengu 5 daga þjálfun í matreiðslu til að auka næringargildi fæðunnar.

8 dýrasjúkraliðar þjálfaðir, lyf og áhöld voru útveguð til að meðhöndla 128.683 dýr.

56 einstæðar mæður fengu nautgripi sem þær greiða fyrir þegar afurðir fást.

133 einstæðar mæður fengu 2 hænur og 1 hana hver.

250 bændur fengu þjálfun í umhverfisvernd.

Stífla var gerð til að koma í veg fyrir jarðvegsrof.

Jafnrétti

Að auka völd og áhrif kvenna.

- Funda með samfélaginu.
- Þjálfa konur í atvinnurekstri.
- Veita fátækum konum lán til atvinnurekstrar.

Gert 2014:

Námskeið fyrir 410 karlar og konur um valdeflingu kvenna.

8 sparnaðar- og lánahópum kvenna komið á laggirnar fyrir 180 konur.

180 konur fengu lán til að hefja eigin atvinnurekstur.

3 daga vinnustofa haldin fyrir 42 skoðanaleiðtoga um leiðir til að afnema skaðlegar venjur eins og limlestingar á kynfærum kvenna og að gefa stúlkur barnungar í hjónaband.

Verkefnið „Samvera og góðar minningar" hlaut góða dóma þátttakenda í fyrrasumar. Það er aftur á dagskrá nú í sumar.

Aukin virkni, bætt sjálfsmynd – stundum þarf svo lítið til

Hjálparstarf kirkjunnar leggur áherslu á að hjálpa fólki til sjálfshjálpar þannig að það finni styrk sinn og geti notað hann til að taka ákvarðanir um eigið líf. Bætt sjálfsmynd stuðlar að meiri virkni sem svo aftur styrkir sjálfsmyndina enn frekar. Efnislegur stuðningur getur verið nauðsynlegur til þess að takast á við erfiðar aðstæður en til þess að komast út úr vítahring fátæktar og félagslegrar einangrunar þarf að takast á við aðstæður á breiðari grunni. Undanfarin misseri hefur Hjálparstarfið þróað starfið til þess að svara sem best þörfum þeirra sem til stofnunarinnar leita. Því hafa eftirfarandi námskeið og verkefni verið skipulögð:

Í sumar er á dagskrá verkefnið „Að rækta garðinn sinn", matjurtarækt og námskeið um ræktun, næringargildi, matreiðslu og geymslu grænmetis. Því er ætlað að stuðla að samveru fjölskyldunnar, útivist, hreyfingu, góðri næringu, verkkunnáttu og bættri sjálfsmynd barna jafnt sem foreldra.

Verkefnið „Samvera og góðar minningar" er skipulagt sumarfrí fyrir barnafjölskyldur sem búa við fátækt í sumarbúðum skáta við Úlfljótsvatn 8.–12. júní 2015, alls 60 manns. Áætlað er að um helmingur þátttakenda verði fjölskyldur af erlendu bergi brotnar. Markmiðið með verkefninu er að draga úr félagslegri einangrun og stuðla að samveru og gæðastundum efnalítilla fjölskyldna sem svo skapa góðar minningar. Þá verður leitast við að byggja brýr milli menningarheima og stuðla að gagnkvæmri aðlögun fólks af mismunandi uppruna.

„Öflug og vel tengd" er tíu vikna hópastarf, vor og haust 2015 fyrir konur í Breiðholti sem búa við fátækt og félagslega einangrun. Rauði þráðurinn í verkefninu er að efla sjálfstraust og tengslanet kvennanna í hverfinu. Þá er stefnt að því að þær kynnist úrræðum í nærsamfélaginu.

Sjálfstyrkingarnámskeiðið „Sjálfstyrking og sköpun" er í gangi núna í samstarfi við Hjálpræðisherinn í Reykjavík en markmiðið með því er að konur á höfuðborgarsvæðinu sem leita til Hjálparstarfsins geti byggt upp jákvæða sjálfsmynd. Námskeiðið er á þriðjudögum í 10 skipti. Á dagskrá er jákvæð sálfræði, að elda saman, vinna handverk og fleira. Námskeið með svipuðu sniði var í haust og verður aftur næsta haust.

„Eldum saman", matreiðslunámskeið fyrir alla fjölskylduna verður á haustönn 2015 en áhersla er lögð á að fjölskyldan læri að elda saman góðan, hollan og ódýran mat frá grunni.

Getur það hugsast?

Síðasta tæpa árið hef ég verið bíllaus og farið mest um hjólandi. Það hefur komið mér á óvart hvað þetta er í raun aðgengilegur og fljótlegur ferðamáti þegar ekki er alltof blautt, hvasst eða hvort tveggja. Svo var það um daginn í góðu vetrarveðri að ég flaug á hausinn í hálku alveg óvart. Allt fór vel en eftir á staldraði ég við þá staðreynd að fyrsta hugsun mín þegar ég féll hafði ekki verið sú hvort ég væri meiddur heldur hin, hvort sést hefði til mín. „Undarlegastur er maður sjálfur," sagði skáldið.

Það er með skömmina í sálinni að á henni er sjálfvirkur sleppibúnaður. Og þó er ekki skömm að falla á hjóli. Við myndum frekar kalla það blygðun. Svona svipað og þegar maður man ekki pinnið eða kveikir ekki á brandara. Blygðun varðar einhver tiltekin kjánamistök á meðan skömm varðar mann allan. Hvort sem skömmin dynur yfir sem skandall eða vex vegna stöðu manns þá er hún altæk. Nokkurs konar dauði. Stundum hefur mig dreymt martraðir þar sem ég er búinn að gera eitthvað hræðilegt og orðinn ærulaus. Óttinn við skömmina lúrir í sál okkar allra. Hún er óttinn við höfnun og dauða. Þess vegna er einhver þáttur innra með okkur sem andar léttar þegar óviðkomandi fólk lendir í skandal. Ekki ég, ekki mitt fólk. Eins þegar slys verða eða annað ólán í lífi fólks. Ekki ég, ekki mitt. Svona er mennskan.

Samkvæmt upplýsingum Hagstofu lifa ca. 6000 Íslendingar eða 2% þjóðarinnar við langvarandi og eyðileggjandi fátækt á hverjum tíma og hæðir og lægðir í efnahag landsins breyta litlu þar um. Þótt löngu sé búið að lýsa því sem gera þarf til að breyta þessu gerist fátt til bóta.

Getur hugsast að við viljum hafa fátækt fólk á meðal okkar? Að með aðkomu þeirra sé ótta við skömm útvistað frá mér og mínu fólki yfir til ókunnugra og tilfinningin fyrir því að vera sjálfur óruggur verði þannig skýrari með þeirra stuðningi. Getur það hugsast?

Bjarni Karlsson,
prestur við sálgæslustofuna Haf

Hugvekja til fjölmiðla í umfjöllun um fátækt

Ég skrifa þessi orð ekki til þess að skamma neinn eða í þeim tilgangi að fá afsökunarbeiðni, enda snýst þessi umræða ekki bara um mig. Það sem ég vil hins vegar biðja fjölmiðla að gera, er að vanda sig betur þegar kemur að umfjöllun um fátækt og koma sér upp úr þeim gír að þetta séu einhverjar sjokkerandi æsifréttir.

Í fréttatíma Stöðvar 2 þann 29. janúar síðastliðinn var fjallað um fátækt á Íslandi og í þetta skipti vegna nýútkominnar skýrslu Velferðarvaktarinnar um aðgerðartillögur til þess að bæta hag tekjulágra einstaklinga og sérstaklega þeirra sem eru með börn á framfæri. Ég var beðin um að tjá mig um skýrsluna sem varaformaður EAPN á Íslandi* enda fagna samtökin allri umræðu og því að fá að taka þátt í henni.

Við höfum oft talað um að „tónninn" í umræðunni sé niðrandi. Því miður varð þessi umfjöllun ekki undantekning frá því, en mér brá heldur betur í brún þegar ég heyrði kynningu fréttarinnar sem var á þessa leið: „Kona sem búið hefur við fátækt í mörg ár segir að úrbótum í málum þeirra sem glíma við sára fátækt hafi oft verið lofað undanfarin ár en að reynslan sýni að þær skili sér ekki til þeirra sem á þurfa að halda."

Ég spurði sjálfa mig: „Af hverju er ég kölluð „kona sem búið hefur við fátækt í mörg ár" en ekki „Laufey Ólafsdóttir, varaformaður EAPN á Íslandi"?" Einu upplýsingarnar sem Stöð 2 var með í höndunum um mína persónulegu hagi voru þær að ég hafi verið einstæð móðir í 19 ár. Það er allt og sumt. Hitt var ályktun og var af einhverjum ástæðum slengt upp sem yfirskrift fréttarinnar.

Ég er ekkert viðkvæm fyrir því að viðurkenna að ég er oftast skítblönk og hef alltaf verið. Stundum meira, stundum minna. Hins vegar fór ég ekki í þetta viðtal til þess að undirstrika það, heldur til þess að benda á vandamál sem talsmaður félagasamtaka, ekki sem „fátæk kona". Umræðan snerist heldur ekki bara um „sára fátækt" heldur um það hversu mikið ósamræmi er á milli lágmarksframfærslu annars vegar og hins vegar þess sem það kostar að vera til.

Það gerir engum greiða að gjaldfella fólk sem er að rísa upp og tala gegn mismunun í samfélaginu með því að nota ekki einu sinni nafn þess og titil þegar rætt er um það. Það sýnir mjög slæmt fordæmi að mínu mati að sama hversu hörðum höndum fólk vinnur til þess að koma sér áfram í lífinu sé staða þess metin út frá efnislegum gæðum.

Laufey Ólafsdóttir, varaformaður EAPN á Íslandi.

Lykillinn að því að fá fólk til þess að tjá sig um viðkvæm mál er einmitt sá að sýna fólk í jákvæðu ljósi þrátt fyrir þá erfiðleika sem það glímir við. Hafa þarf í huga að viðkomandi þarf að geta gengið með reisn um samfélagið eftir umfjöllunina og jafnvel vera öðrum til fyrirmyndar. Jákvæð ímynd er einnig lykillinn að breytingum og sýnir frekar fram á þá staðreynd að málstaðurinn er ekki „bara" jafnréttis- og mannréttindamál heldur einnig verðugur fyrir samfélagið allt.

Ef við viljum breyta umræðunni og koma henni á það plan sem við viljum hafa hana þarf að eiga sér stað hugarfarsbreyting inni á fjölmiðlunum sjálfum. EAPN er talsmaður þess að allir hafi rödd í samfélaginu og geti sagt frá stöðu sinni með reisn og á jafningjagrundvelli við þá sem gjarnan eru „æðra metnir" í samfélaginu. Við höfum nóg af rökum til þess að styðja okkar málstað og þurfum ekki að sjokkera neinn til þess að kaupa hann, enda hefur sú aðferð jafnvel öfug áhrif. Til þess að þetta takist þurfa fjölmiðlar að læra að vinna með okkur og sýna okkur í réttu ljósi með yfirvegaðri umræðu. Við þökkum að sjálfsögðu Stöð 2 fyrir umfjöllunina en biðjum um leið alla miðla að hafa ofangreint í huga í næstu umfjöllun.

Virðingarfyllst,
Laufey Ólafsdóttir, varaformaður EAPN á Íslandi. *EAPN er evrópskur samræðuvettvangur um fátækt

Kortaleiðin slær í gegn hjá evrópskum samstarfsaðilum

Evrópsku kærleiksþjónustusamtökin Eurodiaconia hafa útnefnt nálgun Hjálparstarfs kirkjunnar í vinnu með fólki sem býr við fátækt og félagslega einangrun sem bestu aðferð í starfi. Í skýrslu Eurodiaconia frá desember 2014 (sjá www.eurodiaconia.org) er tekið undir það sjónarmið Hjálparstarfsins að fólki sé sýnd meiri virðing með því að láta það hafa inneignarkort í matvöruverslanir í stað matargjafa í poka hjá hjálparsamtökum. Að valdefling felist í því að gera fólki kleift að fara sjálft í þá matvöruverslun sem það kýs og kaupa matvörur að eigin vali.

Þá telur Eurodiaconia til eftirbreytni hvernig Hjálparstarfið tvinnar saman efnislegan stuðning, ráðgjöf og sjálfstyrkingar- og virknivinnu með skjólstæðingum. Eurodiaconia valdi alls tíu aðferðir sem bestu aðferð í starfi í evrópskri kærleiksþjónustu árið 2014 en alls eru tæp 50 aðildarfélög í samtökunum.

Sædís Arnardóttir félagsráðgjafi kynnti starf Hjálparstarfs kirkjunnar á fundi Eurodiaconia í París í október síðastliðnum en fundinn sátu fulltrúar kærleiksþjónustusamtaka víðs vegar að úr Evrópu. Sædís ræddi meðal annars hvernig horfið var frá beinum matargjöfum til inneignarkorta í matvöruverslanir árið 2011. Fjörlegar umræður urðu í kjölfar erindis og voru fundarmenn almennt sammála um að inneignarkort í matvöruverslanir og heildræn nálgun væri það sem koma skyldi í evrópskri kærleiksþjónustu. Fólk sem leitar eftir efnislegum stuðningi hjá Hjálparstarfinu kemur með gögn um tekjur og útgjöld síðasta mánaðar og ræðir stöðu sína við félagsráðgjafa stofnunarinnar. Í viðtalinu leitast félagsráðgjafinn við að fá heildarmynd af aðstæðum viðkomandi og saman ræða þeir um mögulegar leiðir út úr erfiðleikunum. Félagsráðgjafi bendir á úrræði í samfélaginu og býður þjónustu fjármála- og fjölskylduráðgjafa. Frá því í janúar 2015 hefur einnig verið boðið upp á sálgæslu og sáttamiðlun.

Félagsráðgjafar Hjálparstarfsins fylgja svo skjólstæðingunum eftir á vegferð þeirra til aukinnar þátt-

töku í samfélaginu. Boðið er upp á sjálfstyrkingar- og virkninámskeið sem og skipulagða afþreyingu. Þá eru styrkir veittir vegna íþróttaiðkunar og tómstundastarfs barna. Á starfsárinu 2013–2014 nutu um 5900 manns á Íslandi aðstoðar Hjálparstarfsins.

Fósturbörn á Indlandi

Hjálparstarf kirkjunnar og 300 íslenskir fósturforeldrar styrkja alls 489 börn til skólavistar hjá Sameinuðu indversku kirkjunni (UCCI) í Andhra Pradeshfylki. Fjörtíu og fjögur þeirra ganga í grunnskóla en eru ekki á heimavist. 231 barn er í skóla og á heimavist og 214 ungmenni eru í bóklegu eða verklegu framhaldsnámi nú. Við skólann er einnig rekin sjúkrastofa fyrir nemendur jafnt sem fátæka íbúa í nágrenninu.

Vilt þú styrkja fátækt barn á Indlandi til náms? Fyrir 2.770 kr. á mánuði getur þú stutt það til menntunar og séð því fyrir fæði, fatnaði og húsaskjóli. Smáaurar á Íslandi nýtast margfalt í verkefninu. Hringdu til okkar í síma 528 4400 eða komdu á skrifstofuna að Háaleitisbraut 66. Öll börnin sem eru á skrá hjá okkur eru komin inn í skólann og þú stendur því ekki frammi fyrir því að ákveða hver kemst í skóla og hver ekki. Hjálparstarfið sér um það og leitar síðan styrktarmanna eins og þín.

Með munaðarlausum í Úganda

Skjólstæðingar Hjálparstarfsins í Úganda eru fyrst og fremst börn sem misst hafa foreldra sína úr alnæmi og búa ein sem og HIV-smitaðir einstæðir foreldrar og ömmur sem hafa börn á framfæri og búa við sára fátækt. Verkefnin ná til yfir 1200 manns í heild og eru unnin í samstarfi við Lúterska heimssambandið, LWF, og staðbundin samtök, RACOBAO. Þau eru í þremur héruðum: Rakaí, Lyantonde og Sembabule. Áhersla er lögð á að bæta lífsskilyrði fólksins með því að reisa íbúðarhús með grunnhúsbúnaði, eldaskála með hlóðum sem spara eldsneyti og helstu áhöldum. Reistir eru kamrar og fólkið frætt um samband hreinlætis og smithættu og hvernig bæta má hreinlætisaðstöðu. Aðgangur að hreinu vatni er aukinn til muna með því að koma upp rigningarvatnssöfnunartönkum við hlið íbúðarhúsanna og með viðhaldi á brunnum í héruðunum. Fólkið fær svo geitur og hænur til að auka fæðuval og möguleika á tekjuöflun.

Við eigum eftir að fá skýrslu yfir það sem hefur áunnist síðustu sex mánuði en við fengum um áramótin skýrslu yfir það sem gert var fyrstu níu mánuði ársins. Í september höfðu 10 hús verið reist á árinu, 10 vatnstankar, 10 eldaskálar og 10 kamrar. Unnið var að endurbótum á 4 vatnsbrunnum, 4 fræðslufundir höfðu farið fram um hreinlætismál þar sem 781 tók þátt. 12 fundir höfðu verið haldnir með um 1000 manns til að sannfæra fólk um gildi þess að nota kamra í stað þess að ganga örna sinna á víðavangi. Keppni milli þorpa um mesta hreinlæti var haldin þrisvar á fyrstu níu mánuðum ársins og 3 þorp voru útnefnd sem fyrirmyndarþorp þar sem allir þorpsbúar notuðu kamra og fyllsta hreinlætis var gætt í alla staði.

Við aðra sýn birtist fegurð og þrautseigja

Fulltrúaráð Hjálparstarfs kirkjunnar fundaði í Grensáskirkju þann 12. mars síðastliðinn. Á fundinum kynnti Stefán Jón Hafstein nýútkomna bók sína Afríka, ást við aðra sýn. „Horfi maður á Afríku frá öðrum sjónarhóli en „þetta er allt vonlaust" birtist manni fegurð, töfrar og viðmótsþróttur sem á varla sinn líka. Og það er ást. Þess vegna heitir bókin Ást við aðra sýn," sagði Stefán Jón Hafstein um bók sína.

Í erindi sínu nefndi Stefán Jón meðal annars að raunveruleg kjarabót fælist í því að stytta leið fólks að vatni. Að með bættu aðgengi að hreinu vatni fækkaði sjúkdómum, viðnámsþróttur ykist og fólk öðlaðist meiri tíma og orku til að vinna fyrir sér.

Stefán Jón fjallaði um nauðsyn þess að draga úr mæðradauða á heimsvísu en nú látast um 300.000 konur árlega við barnsburð. Hann sagði að hægt væri að draga úr mæðradauða um helming á næstu 10 árum ef unnið yrði að því kerfisbundið. Til þess þyrfti aðhlynningu, húsnæði, starfsfólk og bólusetningar og það kallaði á fjármagn.

Bjarni Gíslason, framkvæmdastjóri Hjálparstarfsins, gerði því næst grein fyrir starfsemi stofnunarinnar það sem af er starfsári og Sædís Arnardóttir sagði frá nýjum áherslum í starfinu innanlands. Dagsetning aðalfundar Fulltrúaráðs Hjálparstarfs kirkjunnar var ákveðin 26. september 2015.

Þakkir til þeirra fjölmörgu sem styrkja starfið!

Hjálparstarf kirkjunnar þakkar fyrir frábæran stuðning sem starfið fær úr öllum áttum. Mjög margir leggja hönd á plóg: Einstaklingar greiða valgreiðslur sem við sendum í heimabanka, leggja inn á söfnunarreikninga, hringja í söfnunarsíma og kaupa gjafabréfin okkar á gjofsemgefur.is. Fyrirtæki taka mjög vel í styrkbeiðni okkar og bankar, stéttarfélög, sóknir og samtök leggja fram umtalsverða fjármuni.

Markmið starfsins, heima og að heiman, er að hjálpa fólki og samfélögum að finna eigin lausnir á vanda sem að þeim steðjar og fræða um réttindi og skyldur einstaklinga, samfélags og stjórnvalda. Nálgun stofnunarinnar felst í að efla fólk til áhrifa með formlegri og óformlegri fræðslu, þjálfun og efnislegri aðstoð. Hún er réttindamiðuð og sniðin til þess að byggja upp þekkingu og færni fólks svo þróun verði sjálfbær og utanaðkomandi aðstoð óþörf. Hjálparstarfið veitir þannig aðstoð til sjálfshjálpar og virkjar skjólstæðinga til þátttöku í öllu ferlinu. Stuðningur er veittur á grundvelli þarfar án tillits til trúar, þjóðernis, kyns, fötlunar, kynhneigðar, stéttar eða nokkurs annars sem er ólíkt með fólki. Sá mikli stuðningur sem starfið nýtur ber vott um að margir eru sammála markmiðum og nálgun Hjálparstarfsins hvort heldur sem er í þróunarsamvinnuverkefnum erlendis eða í starfinu hér heima. Takk fyrir stuðninginn!

Á síðasta starfsári veittu Lyf og heilsa styrk að upphæð 3,2 milljónir króna í formi lyfja til skjólstæðinga Hjálparstarfsins. Bjarni Gíslason framkvæmdastjóri þakkar fulltrúum fyrirtækisins þeim Boggu Eggertsdóttur, sölu- og markaðsstjóra, og Kjartani Erni Þórðarsyni lyfjastjóra fyrir stuðninginn.

Guðmundur Marteinsson, framkvæmdastjóri Bónus, tekur við blómvendi frá Bjarna Gíslasyni en Bónus styrkti starfið með inneignarkortum í Bónus að upphæð 2,5 milljónir króna.

Arion banki styrkti sérstaka jólaaðstoð Hjálparstarfsins með 2 milljóna króna framlagi. Inga Rósa Sigurðardóttir og Guðríður Birgisdóttir, fulltrúar bankans, taka á móti þökkum frá Bjarna Gíslasyni, framkvæmdastjóra Hjálparstarfsins.

Stóra samhengið

Lesendur kunna að hafa rekið augun í það að Breytendur, ungliðahreyfing Hjálparstarfs kirkjunnar, hafa ítrekað gert umhverfismál að umtalsefni. Fyrir nokkru var bent á leiðir að betri sorphirðu á Reykjavíkursvæðinu og nú er hafið umtal um að olíuvinnsla við Íslandsstrendur kunni ekki góðri lukku að stýra.

Verið getur að fólk hafi spurt sig af hverju hreyfingin leggi áherslu á mál sem kunna að virðast örlítið fjarlæg áherslum Hjálparstarfsins. Sorphirða og olíuvinnsla – ættu umhverfismál að vera baráttumál þeirra sem umhugað er um að bjarga mannslífum, lina þjáningar og vinna að þróun? Í okkar augum felst þróun, þegar öllu er á botninn hvolft, einmitt í að breyta viðhorfum og viðteknum venjum, hérna heima ekki síður en í fjarlægum fátækari ríkjum. Breytendur temja sér að horfa á stóra samhengið – leita að orsökum, kryfja vandann og finna rót hans.

Nú blasir við sú staða að á öldinni sem hafin er muni hnattræn hlýnun fara úr öllum böndum nema eitthvað verði að gert – og það strax. Þetta teljum við eitt stærsta úrlausnarefni okkar kynslóðar, að koma á jafnvægi milli samfélags manna og vistkerfisins sem ól þá af sér. Sá vandi er að mestu leyti tilkominn vegna útblásturs Vesturlanda en fyrir kaldhæðni örlaganna bitnar hann mest á mörgum fátækustu þjóðum heims sem minnst hafa mengað. Því teljum við það skyldu okkar að sporna við. Í stóra samhenginu mun það bjarga flestum mannslífum að fyrirbyggja að þessar ógöngur verði jafn afdrifaríkar og nú lítur út fyrir.

Er áætlanir voru kunngjörðar um að hefja tilraunaboranir og mögulega olíuvinnslu á Drekasvæðinu blöskraði okkur hve lítil umræða átti sér stað hér á landi. Því tókum við upp kyndilinn í baráttunni um að leyfa olíunni að liggja. Við teljum gríðarlega óábyrgt af Íslandi, iðnvæddu og vel stæðu ríki, að ætla sér að fjárfesta í olíu með gróðavon í huga án tillits til hins hnattræna samhengis. Ef raunverulegur vilji væri til þess að ná markmiðum um að draga úr losun gróðurhúsalofttegunda væri olíubröltinu sjálfhætt. Á heimasíðunni www.changemaker.is má finna hlekk á undirskriftasöfnun okkar gegn olíuvinnslu, ég hvet ykkur til að kynna ykkur það mál og taka upplýsta afstöðu.

Þorsteinn Valdimarsson,
í stjórn Breytenda – Changemaker á Íslandi

Magnús Magnússon prestur á Hvammstanga og landsmótsstjóri og Eva Björk Valdimarsdóttir framkvæmdastjóri ÆSKÞ afhentu Bjarna Gíslasyni, framkvæmdastjóra Hjálparstarfsins söfnunarféð, 314.361 krónur, á aðalfundi ÆSKÞ þann 4. mars síðastliðinn.

Æskulýðsfélög þjóðkirkjunnar söfnuðu alls 592 þúsund krónum fyrir verkefni Hjálparstarfsins í Úganda.

Á landsmóti æskulýðsfélaga þjóðkirkjunnar, ÆSKÞ, sem haldið var á Hvammstanga í október síðastliðnum héldu unglingarnir áfram að láta gott af sér leiða og söfnuðu 314.000 krónum fyrir verkefni Hjálparstarfsins í Úganda sem stuðla að forvörnum og stuðningi við alnæmissjúka og börn sem misst hafa foreldra af völdum sjúkdómsins. Yfirskrift mótsins var Já! en frætt var um kynhegðun og kynheilbrigði og fjallað um álitamál í kynlífi á borð við klámmenningu og kynferðisofbeldi. Irene og Ronald frá verkefnasvæðum Hjálparstarfsins í Úganda voru með á mótinu og fræddu um hvernig alnæmi hefur haft áhrif á samfélög þar.

Í aðdraganda landsmótsins stóðu æskulýðsfélög á Austurlandi fyrir fjáröflun til að mæta kostnaði við þátttöku í landsmótinu. Hluta fjárins sem safnaðist, 278.400 krónur, létu þau renna til verkefnisins í Úganda. All söfnuðu æskulýðsfélög þjóðkirkjunnar því 592 þúsund krónum í þágu alnæmisjúkra og aðstandenda þeirra í Úganda. Hjálparstarfið þakkir kærlega fyrir frábæran stuðning!

Velkomin á Fjaðrafok !

Langar þig að koma í skemmtilega helgarferð? Vilt þú læra meira um Changemaker hugmyndafræðina?

Breytendur eru ungliðahreyfing Hjálparstarfs kirkjunnar og hluti af hinu alþjóðlega Changemaker neti sem vill breyta heiminum með jákvæðum og sýnilegum aðferðum.

Fjaðrafok er árlegt mót Breytanda þar sem gamlir og nýir þátttakendur fara í leiki, hlýða á fyrirlestra, leggja heilann í bleyti og skipuleggja skemmtilega viðburði. Auk þess verður á mótinu uppákoma þar sem vakin er athygli á núverandi baráttumáli Changemaker, að olía í lögsögu Íslands skuli liggja óhreyfð. Mótið er opið öllum á aldrinum 14– 30 ára.

Fjaðrafok verður haldið helgina 17.–19. apríl á Akureyri. Dagskráin fer fram í Rósenborg, þar sem einnig er gist. Þátttökugjald er 3.000 krónur en innifalin er gisting í tvær nætur, matur og námskeið. Rútuferð frá Reykjavík seinni part föstudagsins.

Sendið skilaboð á changemaker@changemaker.is til að skrá ykkur :)

REYKJAVÍK
101 Hótel ehf.
7 generations ehf.
A. Margeirsson ehf.
AB varahlutir ehf.
Aðalblikk ehf.
Aðalvík ehf.
Antikhúsið ehf.
Argos ehf. – Arkitektastofa Grétars og Stefáns
Arkitektastofan OG ehf.
Arkís arkitektar ehf.
Auðvitað ehf.
Aurum ehf.
Árni Reynisson ehf.
Ásbyrgi, fasteignasala
B. Ingvarsson ehf.
Bakkus ehf.
Bandalag háskólamanna
Barnalæknaþjónustan ehf.
Barnatannlæknastofan ehf.
BBA/Legal ehf.
Betri bílar ehf.
Betri stofan ehf.
Bifreiðaverkstæði Svans ehf.
Bílalíf ehf., bílasala
Bílamálun Sigursveins Sigurðssonar
Bílasmiðurinn hf.
Bjarnar ehf.
Björninn innréttingar ehf.
Blaðamannafélag Íslands
Blómabúðin Hlíðablóm
Blómaverkstæði Binna ehf.
Bonafide lögmenn ráðgjöf sf.
Bókhaldsþjónusta Júlíönu ehf.
Bókhaldsþjónustan Viðvik ehf.
Bókhaldsþjónustan Vík
Bólstrarinn ehf.
Bónstöðin hjá Jobba ehf.
Brauðhúsið ehf.
Breiðan ehf.
Breiðholtskirkja
BSRB
Cafe Roma
Carpe Diem sf., markþjálfun og ráðgjöf
Danica sjávarafurðir ehf.
Dekurhornið ehf., snyrtistofa
Dómkirkjan í Reykjavík
Dýraspítalinn Víðidal ehf.
Eðalflutningar ehf.
Efling stéttarfélag
Efnalaugin Katla ehf.
Eggert Kristjánsson hf.
Eignaumsjón hf.
Elding Trading Co ehf.
Endurskoðun og reikningsskil hf.
Ernst & Young ehf.
Extra lagnir ehf.
Fasteignasalan Miklaborg
Fasteignasalan Þingholt ehf.
Felgur smiðja ehf.
Ferðaskrifstofan VITA
Ferðaþjónusta bænda hf.
Félag bókagerðarmanna
Félag íslenskra bifreiðaeigenda
Félag tanntækna og aðstoðarfólks tannlækna
Finnbogi Helgason tannsmiður
Fjallamenn – Mountaineers of Iceland
Fjárhald ehf.
Fjármálaeftirlitið
Fjöður ehf., þvottahús
Formverk
Fótaaðgerðastofa Reykjavíkur ehf.
Garðmenn ehf.
Garðs Apótek ehf.
GÁ húsgögn ehf.
Gátun ehf., bókhaldsþjónusta
Gjögur hf.
Gjörvi ehf.
GO múrverk ehf.
Góð heilsa, heilsubúð
Gray Line Iceland
GTG endurskoðun ehf.
Guðjón Guðmundsson ehf.
Guðmundur Arason ehf., smíðajárn
Guðmundur Jónasson ehf.
Gunnar Eggertsson hf.
Hamborgarabúlla Tómasar
Hárgreiðslustofa Hrafnhildar
Hármiðstöðin
Hársnyrtistofa Dóra
Hitastýring hf.
Hjúkrunarheimilið Skjól
Hljóðfærahúsið ehf.
Hópferðabílar Snælands Grímssonar ehf.
Hótel Frón ehf.
Hreyfimyndasmiðjan ehf.
Húsasmiðurinn ehf.
Hússtjórnarskóli Reykjavíkur
Hverafold bakarí
Hvíta húsið hf., auglýsingastofa
Höfðahöllin, bílasala
Höfðakaffi ehf.
IBH ehf.
Icepack ehf.
Iðntré ehf.
Innform ehf.
InnX innréttingar ehf.
Intellecta ehf.
Ísbúðin Erluís
Ísfrost ehf.
Íslandsstofa
Íslensk endurskoðun ehf.
Íslensk erfðagreining
Íslenska umboðssalan hf.
Íslenskir endurskoðendur
Ísold ehf.
Íþróttasamband fatlaðra
J. S. Gunnarsson hf.
Jafnvægi ehf., Aveda
JP Lögmenn ehf.
K. Pétursson ehf.
Kaffi París
Kaffifélagið
Kemi ehf.
Kjörgarður
Klettur – sala og þjónusta ehf.
Klipphúsið ehf.
Kolibri ehf.
Kórall sf.
Kramhúsið ehf.
Krydd og Kaviar ehf.
Kvika ehf.
Lambakjot.is
Landar ehf.
Láshúsið ehf.
Lifandi vísindi
Lionsumdæmið á Íslandi
Listvinahúsið, leirkerasmíði
Litla sendibílastöðin
Litróf ehf.
Ljósafoss ehf.
Ljósin í bænum
Ljúfmetisverslunin Búrið
Local
Loftstokkahreinsun.is
LOG lögmannsstofa sf.
Lögfræðiþjónusta Sigurðar Sigurjónssonar hrl.
Lögmannafélag Íslands
Lögmannsstofa Jóns G. Briem hrl.
Lögskil ehf.
Löndun ehf.
Magnús Arnar Einarsson húsasmíðameistari
Mannvit ehf.
Margt smátt ehf.
MD vélar ehf.
Mecca Spa ehf.
MS Armann skipamiðlun ehf.
Myndhraði ehf.
NASDAQ Iceland
Neskirkja
Nínukot ehf.
Nýi tónlistarskólinn
Nýi ökuskólinn ehf.
Nýsköpunarsjóður atvinnulífsins
Oddgeir Gylfason, tannlæknir og læknir
Og svo ehf.
Orka ehf.
Orkuvirki ehf.
Ormsson
Ortis tannréttingar slf.
Ostabúðin
ÓK Lögmenn slf.
Ólafur Þorsteinsson ehf.
Ósal ehf.
Páll V. Einarsson slf.
PG þjónustan ehf.
Pixel ehf.
Pizza Royal ehf.
Plastco ehf.
Poulsen ehf.
R3 ehf.
Rafha ehf.
Rafneisti ehf.
Rafstilling ehf.
Rafsvið sf.
Rafver hf.
Rafþjónustan slf.
Ratsjá ehf.
Ráðgjafar ehf.
Regla.is, bókhaldskerfi
Reikniver ehf.
Reki ehf.
Remax Alpha
REMAX Ísland
Reykjagarður hf.
Reykjavik Residence Hotel
Reykjavíkurborg
Reykjavíkurprófastsdæmi eystra
Réttingaverkstæði Bjarna og Gunnars ehf.
Réttur lögmannsstofa
Rossopomodoro, veitingastaður
S.B.S. innréttingar
Safalinn ehf.
Samiðn, samband iðnfélaga
Samskipti ehf.
Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja – SSF
Scanmar á Íslandi ehf.
Seðlabanki Íslands
Sindri RE-46
Sjáðu gleraugnaverslun
Sjómannasamband Íslands
Sjónarlind, bókabúð
Sjónlag hf.
Skorri ehf.
Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins bs.
SM kvótaþing ehf.
Sportbarinn
Sportís ehf.
Sportlíf
Stansverk ehf.
Stjörnuegg hf.
Stoð pallaleiga ehf.
Stólpi gámar ehf., gámaleiga og -sala
Suzuki bílar hf.
SVÞ – Samtök verslunar og þjónustu
Sægreifinn
Söluturninn Vikivaki
Söngskólinn í Reykjavík
Tandur hf.
Tannlæknastofa Geirs A. Zoëga
Tannlæknastofa Sigríðar Rósu Víðisdóttur
Tannlæknastofa Sigurjóns Arnlaugssonar ehf.
Tannréttingar sf.
Tannval Elínar og Kristínar Gígju
Tapashúsið
TCM Innheimta ehf.
Teiknistofan Arkitektar
THG Arkitektar ehf.
Tilraunastöð Háskóla Íslands í meinafræði
Timberland Kringlunni og Timberland Laugavegi
Tónastöðin ehf.
Tónmenntaskóli Reykjavíkur
Tónskóli þjóðkirkjunnar – Grensáskirkju
Trackwell hf.
Trésmiðja Magnúsar F. Jónssonar
Tækniskólinn – skóli atvinnulífsins
Tölvar ehf.
Tölvu- og verkfræðiþjónustan
Tösku- og hanskabúðin ehf.
Ullarkistan ehf.
Úra- og klukkuverslun Gilberts Ó. Guðjónssonar
Úra- og skartgripaverslun Heide ehf.
VA arkitektar ehf.
Verðbréfaskráning Íslands hf.
Verkfræðistofan VIK ehf.
Verkfærasalan ehf.
Versa ehf.
Verslunin Brynja ehf.
Verslunin Rangá
Vesturröst
Vélar og verkfæri ehf.
Þ.G. verktakar ehf.
Þorsteinn Bergmann ehf.
Þvottahúsið A. Smith ehf.
Ökuskólinn í Mjódd ehf.
Ölstofa Kormáks og Skjaldar ehf.
Örninn ehf.

SELTJARNARNES
Aðalbjörg RE-5 ehf.
Bílaverkstæði Ella
Seltjarnarneskirkja
Vökvatæki ehf.

KÓPAVOGUR
ALARK arkitektar ehf.
Allianz á Íslandi hf.
AP varahlutir ehf.
Arnardalur sf.
Ásborg slf.
Bak Höfn ehf.
Bifreiðasmiðja Sigurbjörns Bjarnasonar ehf.
Bifreiðaverkstæði Jónasar ehf.
Bílaklæðningar hf.
Bílaleiga Reykjavíkur
Bílasprautun og réttingar Hjartar
Bílaverkstæði Kjartans og Þorgeirs sf.
Bílaþvottastöðin Lindin ehf.
Bílhúsið ehf.
Blikksmiðjan Vík ehf.
Brunabótafélag Íslands
Digranessókn
Einar Beinteins ehf.
Eureka Golf ehf.
Faglagnir
Farice ehf.
Feris ehf.
Flugfélagið Atlanta hf.
Frostmark ehf.
Go2 Flutningar ehf.
goddi.is
Hegas ehf.
Hilmar Bjarnason ehf., rafverktaki
Hjallakirkja
Húsfélagaþjónustan ehf.
Hvellur – G. Tómasson ehf.
Ingi hópferðir ehf.
Init ehf.
Ísfix ehf.
Íslandsspil sf.
Íslenskt marfang ehf.
Íslenskt sjávarfang ehf.
Íslyft – Steinbock þjónustan
Klukkan, úr og skartgripir
Lakkskemman ehf.
Línan ehf.
Ljósvakinn ehf.
Loft og raftæki ehf.
Lokasjóður ehf., bókhaldsstofa
Mannrækt og menntun ehf.
Margmiðlun ehf.
MHG verslun ehf.
Nobex ehf.
Norm X ehf
Nýi tölvu- og viðskiptaskólinn ehf.
Nýja kökuhúsið ehf.
Pottagaldrar ehf.
Rafbreidd ehf., heimilistækjaviðgerðir
Rafís ehf.
Rafmiðlun hf.
Rafnar ehf.
Rafvirkni ehf.
Reynir bakari
Réttingaþjónustan ehf.
Sálarrannsóknarfélag Íslands
Skuggabyggð ehf.
Slökkvitækjaþjónustan ehf.
Sólarfilma ehf.
Tannhjól ehf.
Útfararstofa Íslands ehf.
Vatnsborun ehf.
Verkfræðistofan VSI öryggishönnun og ráðgjöf ehf.
Vetrarsól ehf., verslun
Þórutindur ehf.

GARÐABÆR
Apótek Garðabæjar
Bílasprautun Íslands ehf.
Denar ehf.
Garðabær
Geislatækni ehf. – laserþjónustan
Icewear
Ísafoldarprentsmiðja ehf.
K.C. Málun ehf.
Ljósmyndastofa Garðabæjar ehf.
Loftorka ehf.
Mekka – bifreiðaverkstæði Garðabæjar ehf.
Onno ehf.
S.S. Gólf ehf.
Val-ás ehf.
Vélsmiðja Þorgeirs ehf.
Vörukaup ehf., heildverslun
Vörumerking ehf.
Würth á Íslandi ehf.
Öryggisgirðingar ehf.

HAFNARFJÖRÐUR
Alexander Ólafsson ehf.
Ás, fasteignasala ehf.
Ásafl ehf.
Bergplast ehf.
Bílaverk ehf., bílamálun og réttingar
Blómabúðin Burkni ehf.
Bor ehf.
Dverghamrar ehf.
Ecospira
Eiríkur og Einar Valur ehf.
EÓ-Tréverk sf.
Essei ehf.
Fjörukráin – Hótel Víking
Flúrlampar ehf.
G.S. múrverk ehf.
Gaflarar ehf., rafverktakar
Gára ehf.
H. Jacobsen
Hafnarfjarðarhöfn
Hans-verk ehf.
H-Berg ehf.
Heimir og Jens ehf.
Hjólasprettur ehf.
Hlaðbær-Colas hf., malbikunarstöð
Ican – beykireykt þorsklifur ehf.
Ísrör ehf.
Krossborg ehf.
Lagnameistarinn ehf.
Lögmenn – Hlöðver Kjartansson hrl.
Markus Lifenet ehf.
Matbær ehf.
MEDOR ehf.
Netorka hf.
Nonni Gull
Opal Sjávarfang ehf.
Rafgeymasalan ehf.
Rafrún ehf.
S.G múrverk ehf.
Spennubreytar
Stálnaust ehf.
Stálorka
Sæli ehf.
Teknís ehf.
ThorShip
Umbúðamiðlun ehf.
Verkalýðsfélagið Hlíf
Víðir og Alda ehf.
VSB verkfræðistofa ehf.

ÁLFTANES
Bessastaðasókn

VOGAR
Stálafl Orkuiðnaður ehf.

REYKJANESBÆR
Arkitektastofan Örk
Bókhalds- og rekstrarþjónusta Gunnars Þórarinssonar
Brautarnesti
DMM Lausnir ehf.
Húsagerðin ehf., trésmiðja
Ice Group Ltd.
Keflavíkurkirkja
Langbest ehf.
Lyfta ehf.
M2 fasteignasala og leigumiðlun
Nesraf ehf.
Nettó
Pulsuvagninn í Keflavík
Reiknistofa fiskmarkaða hf.
Renniverkstæði Jens Tómassonar
Reykjanesbær
Rörlagningamaðurinn ehf.
Rörvirki sf.
Samband sveitarfélaga á Suðurnesjum
Sigurjónsbakarí
Skipting ehf.
Skólamatur ehf.
Sporthúsið Reykjanesbæ
Starfsmannafélag Suðurnesja
Suðurflug ehf.
Toyota Reykjanesbæ

GRINDAVÍK
Bókvit ehf.
Hársnyrtistofan Rossini ehf.
Marver ehf.
TG raf ehf.
Veitingastofan Vör ehf.
Vísir hf.
Þorbjörn hf.

SANDGERÐI
Vélsmiðja Sandgerðis ehf.
Þensla ehf.

GARÐUR
Aukin Ökuréttindi ehf.
Gunnar Hámundarson ehf.
Útskálakirkja

MOSFELLSBÆR
Blikksmiðjan Borg ehf.
Brunnlok ehf.
Dalsbú ehf.
Fagverk verktakar sf.
Garðagróður ehf.
GT-bílar ehf.
Hestaleigan Laxnesi
Matfugl ehf.
Mosfellsbakarí
Múlalundur, vinnustofa S.Í.B.S.
Nonni litli ehf.
Sjöund slf.
Vélsmiðjan Sveinn ehf.

AKRANES
Brautin ehf.
Galito veitingastaður
Grastec ehf.
Hús og bátar ehf.
Kaffi ást ehf.
Practica, bókhaldsþjónusta
Rafnes sf.
Runólfur Hallfreðsson ehf.
Snókur verktakar ehf.
Þorgeir og Ellert hf.

BORGARNES
Eyja- og Miklaholtshreppur
J.K. Lagnir ehf.
Jörvi hf., vinnuvélar
Sprautu- og bifreiðaverkstæði Borgarness sf.
Traktorsverk ehf.
Trésmiðja Pálma
Vélabær, bíla- og búvélaverkstæði
Vélaverkstæðið Vogalæk
Þjónustumiðstöðin Húsafelli ehf.

REYKHOLT BORGARFIRÐI
Garðyrkjustöðin Sólhvörf
Garðyrkjustöðin Varmalandi

STYKKISHÓLMUR
Marz sjávarafurðir ehf.
Þórsnes ehf.

GRUNDARFJÖRÐUR
Hótel Framnes
Þjónustustofan ehf.

ÓLAFSVÍK
Rafn ehf.
Steinprent ehf.
Steinunn ehf.
TS vélaleiga ehf.
Verslunin Kassinn ehf.

BÚÐARDALUR
Dalabyggð
Rafsel Búðardal ehf.

REYKHÓLAHREPPUR
Reykhólahreppur
Þörungaverksmiðjan hf.

ÍSAFJÖRÐUR
Fræðslumiðstöð Vestfjarða
GG málningarþjónusta ehf.
Hamraborg ehf.
Harðfiskverkun Finnboga
Rörás ehf.
Sólberg ehf.
Verkalýðsfélag Vestfirðinga
Vestfirskir verktakar ehf.
Vélsmiðja ÞM

BOLUNGARVÍK
Bolungarvíkurkaupstaður
Endurskoðun Vestfjarða ehf.
Flugrúta Bolungarvík
Glaður ehf.
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf.
Vélvirkinn sf.

SÚÐAVÍK
Súðavíkurhreppur

PATREKSFJÖRÐUR
Albína verslun
Bílaverkstæðið Smur- og dekkjaþjónustan
Grunnslóð ehf.
Nanna ehf., vöruflutningar
Oddi hf., fiskvinnsla/útgerð
Vesturbyggð

TÁLKNAFJÖRÐUR
Bókhaldsstofan Tálknafirði
Gistiheimilið Bjarmalandi ehf.
T.V. Verk ehf.

ÞINGEYRI
Brautin sf.
Grillir ehf.

STAÐUR
Kvenfélagið Iðunn

HÓLMAVÍK
Grundarás ehf.
Hótel Laugarhóll
Kaupfélag Steingrímsfjarðar

ÁRNESHREPPUR
Hótel Djúpavík ehf.

HVAMMSTANGI
Sveitasetrið Gauksmýri

BLÖNDUÓS
Blönduósbær
Húnavatnshreppur
Sveitabakarí sf.

SKAGASTRÖND
Rafmagnsverkstæðið Neistinn ehf.
Sjávarlíftæknisetrið BioPol ehf.
Skagabyggð
Sveitarfélagið Skagaströnd
Trésmiðja Helga Gunnarssonar ehf.
Vélaverkstæði Skagastrandar
Vík ehf.

SAUÐÁRKRÓKUR
Dögun ehf.
FISK-Seafood ehf.
Fjólmundur ehf.
Kaupfélag Skagfirðinga
Króksverk ehf.
Skagafjarðarveitur
Skinnastöðin hf.
Tannlæknastofa Ingimundar Guðjónssonar ehf.
Verslun Haraldar Júlíussonar
Vörumiðlun ehf.

VARMAHLÍÐ
Akrahreppur Skagafirði
Ferðaþjónustan Bakkaflöt

SIGLUFJÖRÐUR
Fjallabyggð
Siglufjarðarkirkja
Veitingastaðurinn Torgið ehf.

AKUREYRI
Akureyrarkirkja
Almenna lögþjónustan ehf.
Ambassador ehf.
AUTO ehf., bílapartasala
B. Snorra ehf.
Baugsbót ehf., bifreiðaverkstæði
Bifreiðaverkstæði Bjarnhéðins ehf.
Bláa kannan ehf.
Blikkrás ehf.
Bústólpi ehf.
Félagsbúið Hallgilsstöðum
Geisli, gleraugnaverslun
Goya Tapas bar
Gróðrarstöðin Réttarhóll ehf.
Hagvís ehf., heildverslun
Hnýfill ehf.
Höldur ehf., bílaleiga
Ísgát ehf.
J M J herrafataverslun
K.B. bólstrun
Keahótel ehf.
KG sendibílar
Knattspyrnufélag Akureyrar
Kraftbílar ehf.
Ljósco ehf.
Lögmannshlíð lögfræðiþjónusta ehf.
Lögmannsstofa Akureyrar ehf.
Meðferðarheimilið Laugalandi
Miðstöð ehf.
Passion, hársnyrtistofa
Pípulagningaþjónusta Bjarna F. Jónassonar ehf.
Rafmenn ehf.
Raftákn ehf., verkfræðistofa
Rakara- og hárstofan Kaupangi
Reynir ráðgjafastofa
Samherji ehf.
Samvirkni ehf.
Slippurinn Akureyri ehf.
Snyrtistofa Gunnhildar
Sólskógar ehf.
Stefna ehf.
Tannlæknahúsið sf.
Tannlæknastofa Björns Rögnvaldssonar
Trétak ehf.

DALVÍK
Bruggsmiðjan Kaldi ehf.
G.Ben útgerðarfélag ehf.
Gistihúsið Skeið
Híbýlamálun, málningarþjónusta ehf.
Kussungur ehf.
O Jakobsson ehf.
Sparisjóður Norðurlands
Vélvirki ehf., verkstæði

ÓLAFSFJÖRÐUR
Árni Helgason ehf., vélaverkstæði
Norlandia ehf.
Vélsmiðja Ólafsfjarðar hf.

HÚSAVÍK
Framhaldsskólinn á Húsavík
Norðurþing
Skóbúð Húsavíkur ehf.
Steinsteypir ehf.

FOSSHÓLL
Fosshóll ehf.

MÝVATN
Hestaleigan Safarí hestar
Jarðböðin við Mývatn

VOPNAFJÖRÐUR
Blikar ehf.
Ferðaþjónustan Syðri-Vík
Hofssókn
Símabær ehf.

EGILSSTAÐIR
Austfjarðaflutningar ehf.
Bókráð, bókhald og ráðgjöf ehf.
Bólholt ehf.
Ferðaskrifstofa Austurlands
Fljótsdalshérað
G. Ármannsson ehf.
Gistihúsið Egilsstöðum
Héraðsprent ehf.
Hitaveita Egilsstaða og Fella ehf.
Klausturkaffi ehf.
Miðás ehf.
Myllan ehf.
Rafey ehf.
Sentrum ehf.
Skrifstofuþjónusta Austurlands ehf.
Ylur hf.
Þ.S. verktakar ehf.

SEYÐISFJÖRÐUR
Gullberg ehf., útgerð

REYÐARFJÖRÐUR
Félag opinberra starfsmanna á Austurlandi
Launafl ehf.

ESKIFJÖRÐUR
Egersund Ísland ehf.
Fjarðaþrif ehf.
Tanni ferðaþjónusta ehf.

NESKAUPSTAÐUR
Fjarðahótel
Fjarðalagnir ehf.
Nestak ehf., byggingaverktaki
Síldarvinnslan hf.
Tónspil ehf.
Verkmenntaskóli Austurlands

FÁSKRÚÐSFJÖRÐUR
Loðnuvinnslan hf.
Vöggur ehf.

STÖÐVARFJÖRÐUR
Ástrós ehf.

HÖFN Í HORNAFIRÐI
AJTEL ICELAND ehf.
Ferðaþjónustan Brunnavöllum
Hafnarsókn
Jökulsárlón ehf.
Rósaberg ehf.
Skinney-Þinganes hf.
Sveitarfélagið Hornafjörður
Uggi SF-47
Þingvað ehf.
Þrastarhóll ehf.

SELFOSS
Bifreiðaverkstæðið Klettur ehf.
Biltak ehf.
Bílverk BÁ ehf., bílamálun og bílaréttingar
Brandugla slf., þýðingar
Eðalbyggingar ehf.
Fasteignasalan Árborgir ehf.
Ferðaþjónustan Úthlíð
Félag opinberra starfsmanna Suðurlandi
Fláahreppur
Freistingasjoppan sf.
Garðyrkjustöðin Engi
Gesthús Selfossi, gistihús og tjaldsvæði
Jötunn vélar ehf.
Krás ehf.
Kvenfélag Grímsneshrepps
Mjölnir, vörubílstjórafélag
Písl ehf.
Pylsuvagninn Selfossi við brúarendann
Sláttu- og garðaþjónusta Suðurlands
Súperbygg ehf.
Svavar Sveinsson
Útfararþjónustan Fylgd ehf.

HVERAGERÐI
Garðyrkjustöð Ingibjargar
Hveragerðiskirkja

ÞORLÁKSHÖFN
Frostfiskur ehf.

ÖLFUS
Eldhestar ehf.
Stokkar og steinar sf.

FLÚÐIR
Ferðaþjónustan Ásatún
Hitaveita Flúða og nágrennis
Hrunamannahreppur
Íslenskt grænmeti

HELLA
Fannberg ehf.
Freyðing ehf.
Hestvit ehf.
Varahlutaverslun Björns Jóhannsson
Verkalýðsfélag Suðurlands

HVOLSVÖLLUR
Búaðföng
Ferðaþjónusta bænda Stóru-Mörk
Gestastofan Þorvaldseyri
Rafverkstæði Ragnars ehf.
Rangárþing eystra

VÍK
Gisting Görðum
Mýrdalshreppur

KIRKJUBÆJARKLAUSTUR
Geirland ehf., hótel og veitingarekstur
Hótel Laki
Icelandair Hótel Klaustur

VESTMANNAEYJAR
Bíla- og vélaverkstæðið Nethamar ehf.
Godthaab í Nöf ehf.
Hárstofa Viktors
Ísfélag Vestmannaeyja hf.
Langa ehf.
Rannsóknarþjónustan Vestmannaeyjum
Teiknistofa Páls Zóphóníassonar ehf.
Útgerðarfélagið Már ehf.
Vinnslustöðin hf.
Þekkingarsetur Vestmannaeyja

Þú gengur að gæðunum vísum

Del Monte Quality ®

Hollar og næringaríkar baunir fyrir þá sem huga að heilsunni.

Del Monte baunirnar eru ræktaðar á Ítalíu

Niðursoðnir ávextir eru ómissandi í forréttinn, aðalréttinn, eftirréttinn og baksturinn.